



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### Detalizēti rezultāti

**Köhler, Jens**

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 333

Posms: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 41:13

Ātrums: 14.56 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:07 min/km

Vieta distancē/Kopā: 20 (no 104)

Vieta distancē/Vīrieši: 20 (no 85)

Distances labākais laiks: 35:37

Vieta grupā: 2(no 12)

Grupās labākais laiks: 38:36

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Aplis 1	1.70	6:23	3:45	2	0:03	16	0:42	1.70	6:23	3:45	3			45
Aplis 2	2.34	9:41	4:08	2	0:33	19	1:14	4.04	16:04	3:58	3			45
Aplis 3	2.34	9:58	4:15	2	0:55	22	1:32	6.38	26:02	4:04	2	1:31		45
Aplis 4	2.34	9:57	4:15	2	0:50	22	1:30	8.72	35:59	4:07	2	2:21		45
Pēdējais aplis Zieme	1.28	5:14	4:05	2	0:16	16	0:38	10.00	41:13	4:07	2	2:37	20	5:36